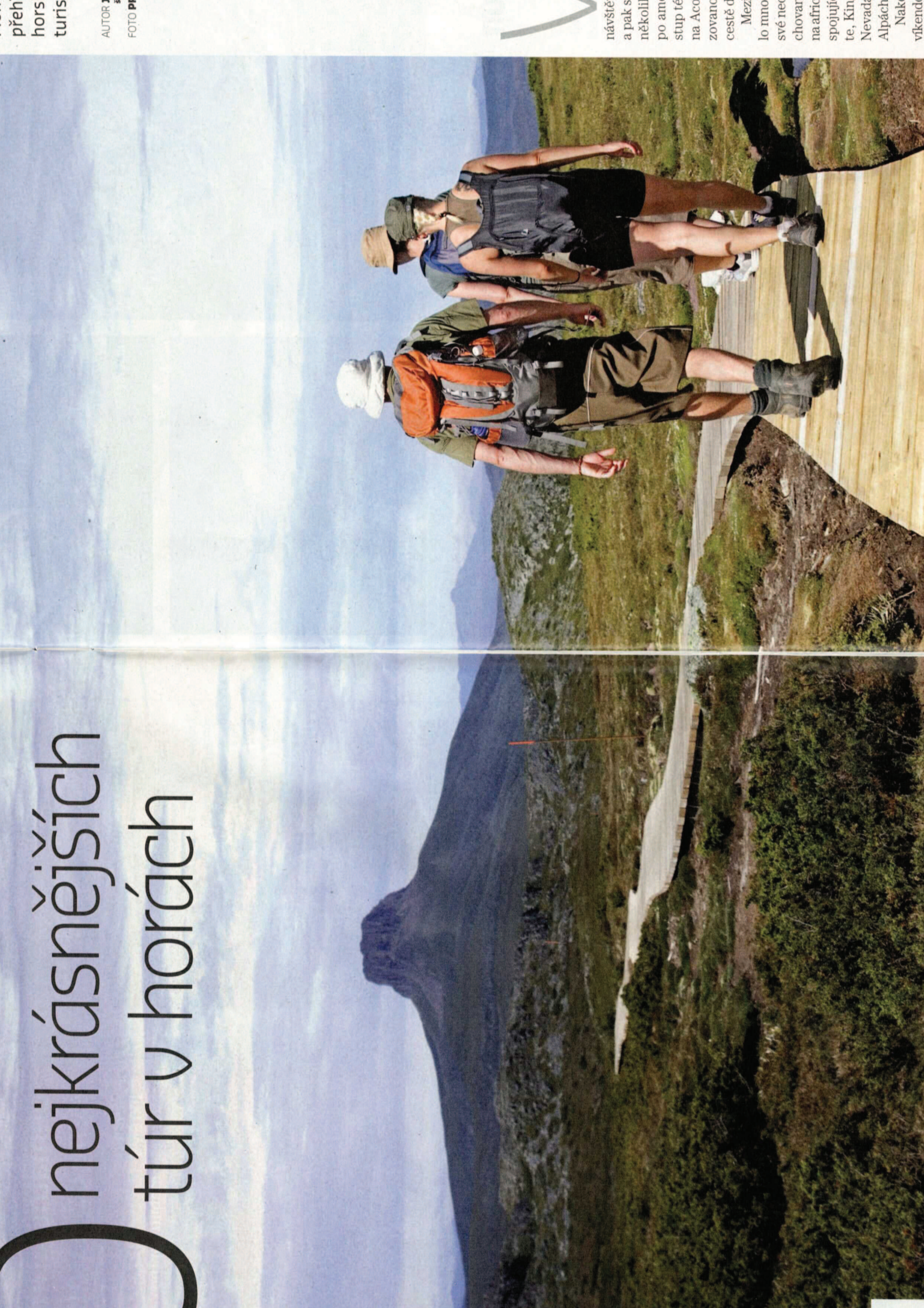


O nejkrásnějších tůr v horách



pre
hors
tunis
AUTOR
FOTO

návště
a pak s
několik
po am
stup t
na Acc
zovanc
cestě d
Mez
lo mno
svě nev
chovar
na afric
spojují
te, Kin
Nevada
Alpách
Nak
víkend



NEJVÝŠE Nejvyšší místo treku okolo Annapurny je sedlo Thorung-La (5416 m n. m.).



2

ANNAPURNA CIRCUIT

Všůz to nejde

Nepál

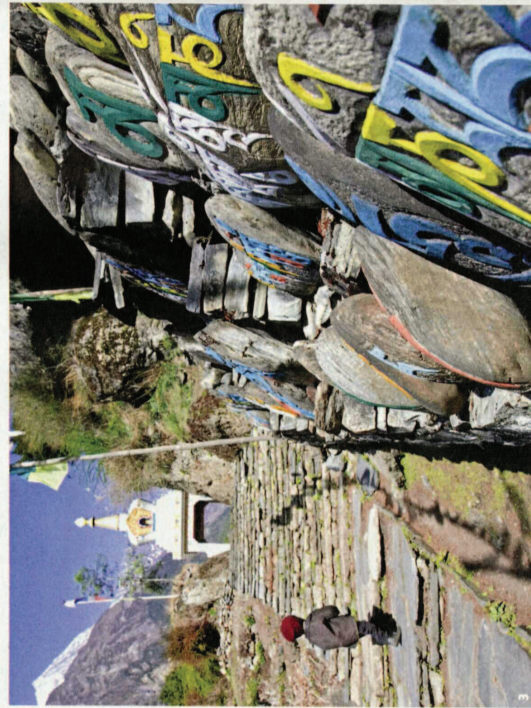
Impozantní okruh okolo Annapurny je jedním z nejlepších turistických tras na naší planetě. Nadpozemské zážitky se tady plátní nejen peněz, ale také námahou, potem, nepohodlím a únavou. Dvěst kilometrů trek totiž šplhá až do pěti a půl tisíce metrů nad mořem, kdy stezky překonávají vysokohorská sedla. Turisté se cestou postaví tváří v tvář několika nejvyšším horám včetně samotné Annapurny I (8091 m).

Velmi často se srovnávají treky kolem Annapurny a nedalekého Everestu. Náročné jsou stejné, ale první je barvější, střídají se lesy i ledovce a místní vesnice jsou zajímavější a jaksí veselejší. Everest nabízí více sněhu i ledu a blízkost nejvyšší hory světa.

Ubytování: Po cestě stojí bodce neboli turistické ubytovny. Strava i spaní jsou na evropské úrovni. **Obtížnost:** Cestu zvládne vtrvalý turista zvyklý na mnohaleté pochody. Při špatné aklimatizaci kvůli spěchu nebo zanedbání potíží hrozí akutní onemocnění. Nejvyšší výška pochodu se pohybuje mezi 1200 do 5416 metrů.

Délka: 200 km, 15 dní **Doprava:** Autobusem z Káthmándu do vesnice Besi Sahar. Zde je brána do národního parku.

➔ www.nepaltrekkinginfo.com



1 NA HRANĚ Cestu zvládne vtrvalý turista zvyklý na mnohaleté pochody.

2 ŠITŮ Na trase okolo Annapurny se střídají ledovcové štítu s hlubokými zalesněnými údolím.

3 MÍR Náboženství u Nepálu jsou tolerantní. Setkáváte s nimi ana každém kroku.

Táhli, táhli, vozík však utáhnout nemohli...



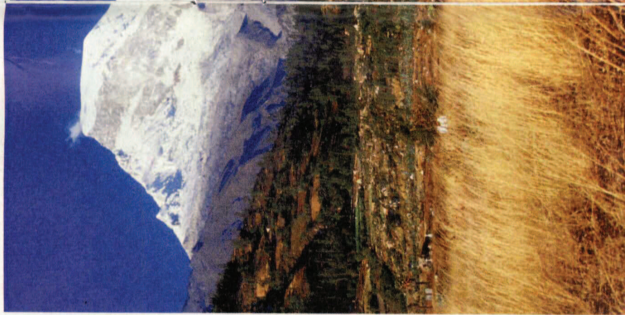
Příznivé ceny z nás dělají místo pro vaše nákupy.

Interspar je dávno známý svým důrazem na kvalitu. Na vaše přání jsme nyní upravili ceny potravin i zboží pro domácnost tak, aby se vám u nás dobře nakupovalo. Ať vás čeká malý nebo velký nákup, v Intersparu vás cena příjemně překvapí.

INTERSPAR

www.interspar.cz

28951008



1 3500 KM Appalachian Trail na východě USA měří 3500 km (Mt. Clay v pohorí White Mountains v New Hampshire)

2 TRAGÉDIE Huascarán je smutně proslulá hora. Lavina z jejího vrcholu zabila roku 1970 nejen expedici nejlepších českých horalů, ale zároveň dalších padesát tisíc místních obyvatel.

3 TVRKY Jezero Llanganuco v národním parku Huascarán v Peru

4 KEMP Populární rodní kemp Katahdin Stream ve státě Maine na Apalačské steze

APPALACHIAN TRAIL

Dlouhé měsíce na cestě
USA

Stezka v Apalačském pohorí měří famózních tři a půl tisíce kilometrů. Přesto ji každý rok celou projde několik desítek turistů. Další desetitisíce návštěvníků vyzobávají nejzajímavější úseky nebo každé prázdniny ujdou jenom část celé trasy. Stezka prochází čtrnácti americkými státy na východním pobřeží od Georgie na jih po Maine na hranicích s Kanadou. Překoná mnoho pohorí. Je udržovaná dobrovolníky z turistických spolků a rangery z chráněných území. Přestože je dobře značená a upravená, vede divočinou a pustinou. Přírodu opouští jen málokdy, aby překřížila silnici či železnici nebo prošla osadou či městem, kde se dají koupit zásoby.

Ubytování: Přístřešky a kempovací místa pro stany jsou rozmístěny vždy jeden denní pochod od sebe. Občas lze přespát v penzionu, hotelu, motelu či soukromí.

Obtížnost: Cestu zvládne jen extrémně vytrvalý turista, protože tak dlouhý pobyt v divočině je náročný především psychicky. Trasa vede většinou po lesních cestách a loukách.

Delka: 3510 km, 5 až 7 měsíců.
Doprava: Kolik počasí se chodí celá trasa dleřa od jihu a končí se na pobřeží na severu. Start je v Atlantu, v národním parku Anticline, kam jede autobus z Atlanty.

www.appalachiantrail.org

SANTA CRUZ TREK

Horská jezera a zasněžené štíty
Peru

Profit padesát kilometrů trvá čtyři dny. Turisté se totiž pohybují v Andách, druhém nejvyšším pohorí na Zemi. Nejvyšším místem treku je sedlo v nadmořské výšce 4750 metrů. Bez důkladné aklimatizace tady už nejenom bolí hlava, ale také se lapá po dechu. Koutelný trek, obvykle řazený mezi tři nejhezčí na světě, vede po bezpečných proslapaných a značených cestách pod zasněženými štíty,

kolem modrozelených horských jezer a přes divoce kvetoucí vysokohorské louky.

Trasa prochází národním parkem Huascarán pod známými šestitisícovými vrcholy Alpanayo, Huandoy, Pucará a okolo samotného Huascaránu. Mimochoodem – dokonale sněžová pyramida Alpanayo se pere o světové prvenství nejkrásnější hory se švýcarským Matterhornem.

Santa Cruz Trek může dobře posloužit jako vstupenka nebo klíč do světa trekkingu. Trasa totiž není příliš náročná, nikde se na ni nelezte po skalách nebo se nemusí překonávat ledovce. Jedinou překážkou je velká nadmořská

výška, kterou lze ovšem odstranit několika denní aklimatizací – pobýrtem v horských městečkách spojeným s výlety do okolí. V jihoamerickém létě (v době evropské zimy) bývá v této části And příjemné a stále počasí.

Ubytování: Jinak než ve stanu to nejde. **Obtížnost:** Trasa není náročná, stačí běžné turistické zkušenosti. Poté může způsobit **Delka:** 50 km, 4 dny. **Doprava:** Jedna dobočka pod Alpanayo.

Doprava: Autobusem do města Cuzco a dál mikrobus (collectivo) do vesnice Cashapampa, kde je oficiální vstup do národního parku.

www.cordillerablancaclimbing.com

NEZRE

... největších automobilek už jedou s námi.

.....T-Mobile.....

Zdroj: Výsledky ankety nepřesahující firmu Google TOP 100 zveřejněna v roce 2010. Více na www.t-mobile.cz

TOUR DU MONT BLANC

Bílá hora

Francie, Itálie a Švýcarsko

Jednička mezi treskingovými túrami v Ev-
ropě. Trasa obkružuje ledovou bílou čepici
nejvyšší evropské hory Mont Blanc. Turisté
se neustále dotýkají ledových, ale nikdy na ní
nevstoupí. Cestý je vedou přes horská sedla,
po hřebenech, úbočích, podél divokých poto-
ků a historicky horskými vísankami. Závratné
výhledy jsou nejenom na samotný Mont Blanc,
ale také na další čtyřtisícové žulové veličiny
Walliských a Savojských Alp. Srdce klasické-
ho turistův tápí zvídá radostí. Pokud zbude čas
a trochu peněz, je možné podniknout lano-
vý výlet po úbočí Mont Blancu z Courmayeu-
ru do Chamonix a zpět. Lanovka překonává
ledové hory v šesti úsecích, je tedy nutné
pětikrát přestupovat. Uprostřed se kabinka
dokonce zastaví kvůli výhledu na obrovský
ledovec Ledové moře (Mer de Glace).

Ubytování: Po cestě je dostatek kempů pro stany, horských chat pro romantiky i hotelů v údolích pro milovníku pohodlí.

Obtížnost: Náročná vysokohorská túra staví do cesty krkolomné stezky, velká převýšení a rychlé změny počasí. Není ale potřeba žádné speciální

Délka: 171 km, 7 dní. Na případný lanovkový výlet je třeba rezervovat celý den.

Doprava: Autem do Chamonix přes sedlo Forclaz nebo do Courmayeuru přes Svatobernardský průsmyk.

▶ www.walkingthetmb.com

ACONCAGUA

Zlá dáma
Argentina

Výstup na nejvyšší americkou horu Aconcagua (6962 m n. m.) je nejnáročnějším podnikem mezi uveřejněnými trekkingovými túrami. Trasa je sice bez technických obtíží a vlnáde je každý, kdo je fyzicky zdatný, ale vyžaduje horolezecký přístup.

Turisté budují výškové tábory, aklimatizují se, odhadují počasí a rozhodují se pro výstup, nebo návrat podle momentálních podmínek.

Ubytování: Do výškových táborů si musí každý přinést svůj stan, zásoby jídla a polivo do variče.

Obtížnost: Ačkoli se až na vrchol jde, a mohl by leze, jedná se o horolezecký výkon. Roli v tom hrají sněh a led, špatné počasí a obrovská nadmořská výška.

Délka: 12 dní, velmi záleží na počasí.
Doprava: Autobusem do Mendoza a dále do údolí Horcones. Zde si lze najmout osly s oslařem na vynesení bagáže do základního tábora.

> www.aconcaquoadventures.com



1 ALPY

Na vyhlídkové
můstky Aiguille du
Midi (3842 m) vyváží
turisty lanovky.

3 LED

Všechny cesty k nejvyšší americké hoře Aconcagua vedou dlouhými suchými údolím.

CHILE

Atraktivní pohled
na skalní věže
národního parku
Torres del Paine
v Chile



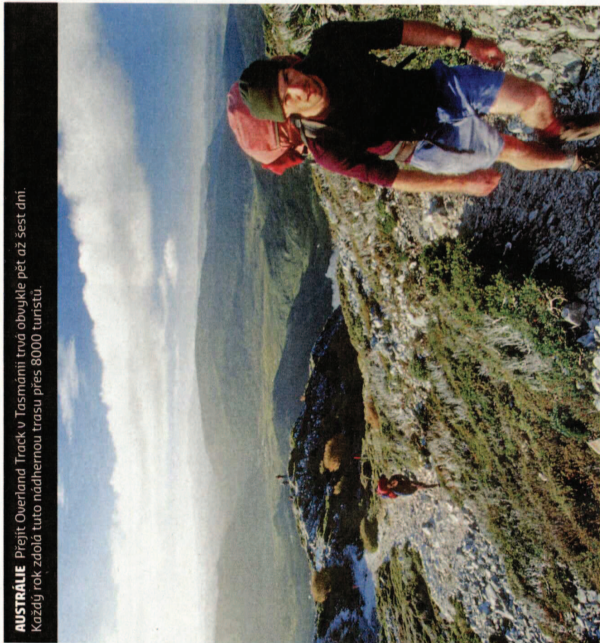
OVERLAND TRACK

Pečlivě udržovaná stezka
Austrálie

Nejhlavnější australský trek vede na vedlejším ostrově v Tasmanii. Trasa směřuje návštěvníky na nejvyšší vrcholy Cradle Mountain. Přírodní scénérie jsou plné ledovců, průzračný jezer a vodopádů. Krajina, les i květiny se mění každý den.

Sněhové přehánky a větrné smrště jsou tu častými jevy, a tak je nutné mít časovou rezervu, pokud živý nepustí turistu jeden či dva dni dál. Cesta je značená a pečlivě udržovaná. Mosty přes potoky a bažiny jsou obnoveny.

AUSTRÁLIE Přejít Overland Track v Tasmanii trvá obvykle pět až šest dní. Každý rok zdolá tuto nádhernou trasu přes 8000 turistů.



Ubytování: Po cestě jsou turistické chaty, ale je nutná předchozí rezervace. Míst na stany je v kempech dostatek. Veškerou vodu je nutné převařit nebo filtrovat.

Obtížnost: Běžná turistika. Nutno počítat s častým přeháňáním nebo mlouvou.

Délka: 65 km, 5-6 dní
Doprava: Autobusy jezdí do Waldheimu z Hobartu, Queenstownu, Launcestonu a Devonportu.

 www.parks.tas.gov.au

TORRES DEL PAINE

Loop a W
Chile

Chilským národním parkem Torres del Paine vedou dvě proslulé Loop a W. Loop je

dejší a vyžaduje lepší počasí. W se dá za špatného počasí ještě více zkrátit a ubytování v kempu je tak levnější. Přespávat ve volné přírodě je zde zakázané. Název treků W pochází z jeho tvaru na mapě: písmeno vytvářejí tři údolí. První vede ke skahm věžím Torres del Paine, druhé pod kaskád masiv Cuernos del Paine, zakončené je vyhlídkou na skahm útvar Aleta de Tiburón a ledovce Francés, třetí směřuje k jezera a ledovci Grey.

Ubytování: Po cestě jsou turistické chaty (hosterie), kde se dá i najíst. U nich lze za poplatek stanovat, případně si půjčit kempovací vybavení.

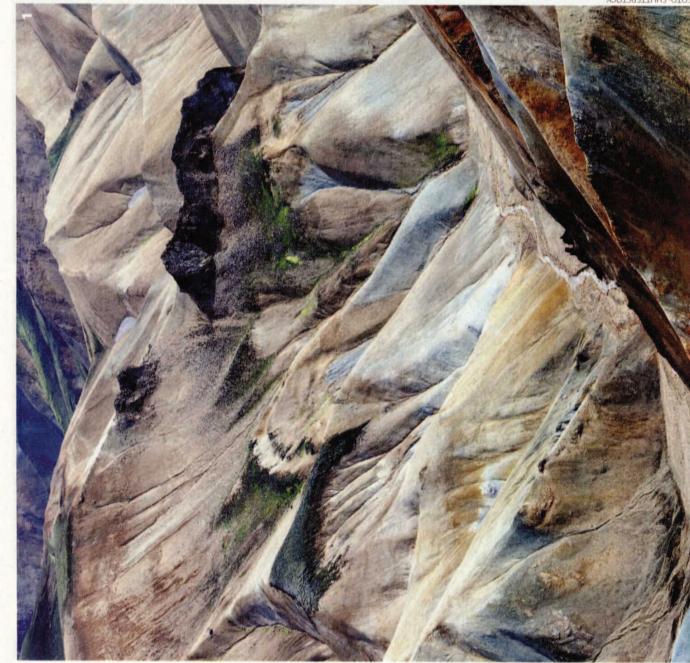
Obtížnost: Náročná pěší turistika.

Deika: 120Km, 6 dni
Doprava: Autobusem z Puerto Natales ke guarderia
Laguna Amarga nebo hosteria Torres.

 www.torresdelpaine.com

... největších bank
už spoléhají na nás.

.....T-Mobile.....



THÓRSMÖRK

Duhové hory
Island

PETŘ ŠLÁGER,
HOROLÁZEČ A VODÁK

„Zelené louky přecházejí v pouště plné sopečného prachu, který tu za léta erupcí vuchřelil okolní sopky, včetně té poslední z loňska. Vitr zvedá prach a štipie do očí. Zakotvíme v prашné oáze Emstrur.“

Po překonání kaňonu řeky Emstruá stejně vypadáme jako po skládání uhlí. Po pár dnech konečně potkáme první stromy. Vitr nepřestává zvedat prach. Náštesti jdeme přes oblité nám tedy stačí. Proti nám chodí batůžkáři s respira-



JAK TO
VIDÍ



1 DUHA

Islandské hory byly ještě nedávno sopkami (oblast Londmaldiaugur)

2 VOUPEL

V dřevěném podněbí na Islandu potěší teplé prameny.

3 ANTARKTIDA

turisty sem uvozí parníky i historické plachetnice.

4 VÍRA

Poutník na Svatojakubské cestě do Santiaga de Compostela

ANTARKTIDA

Fascinující zvířata
Chile a Argentina

Jména, jež vyvolávají mrazivé představy: Drak, keřv průliv, Beaglyv kanál... Tady se psaly tragické dějiny polárních výprav. Dnes se sem jezdí na trip. Turistická, řádně zateplená loď vozí turisty od argentinských břehů k jižním Shetlandským ostrovům a zpět. Na nejkrásnějších místech zastavuje a na člunech převáží návštěvníky na pevninu, kde si mohou udělat krátké výlety. Antarktida je v těchto místech porostlá travou a mechy, fascinující jsou obrovské kolonie racků a tučňáků nebo plující velryby. Je také obrovskou biologickou laboratoří a jedním z posledních čistých míst na Zemi. Proto sem dostávají povolení k pobytu jen hromadné výpravy, jejichž pořadatelé zaručí, že nepoškodí životní prostředí.

Ubytování: Spí se v lodních kabinách.
Obtížnost: Do Antarktidy se nelze dostat individuálně. Cestovní agentury mají zájedy připraveny do detailů. Není tedy potřeba dělat si starosti s jídlem, fyzickou nebo psychologickou přípravou.
Delka: 10 dní
Doprava: Letecky do argentinského přístavu Ushuaia, odtud výletní loď.

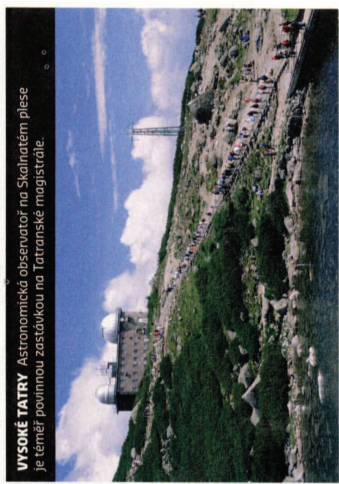
www.antarktiks.ch

JAK TO
VIDÍ

KAREL WOLF,
CESTOVATEL
A POŘADATEL
FESTIVALU
KOLEM SVĚTA



„Je před půlnocí a mě budí na psi hlídka. Od půlnoci do čtyř do rána má naše skupina službu u kormidla a na přídi. Pokyny jsou jasné. Držet stálý kurz 150° JVV. Vitr trochu zesílí, blížíme se ke konci Beaglova kanálu. Síla větru je na úrovni 4. Beaufortovy stupnice, vlny jsou mírné. Postupně se vše stává větší a silnější. Loď se kymácí tam a sem a žaludek se mi převrací naruby. Ještě před chvílí jsem nevěděl, co je to mořská nemoc. Ted už ji mám. Ted teprve vplouváme do Drakeova průlivu. Po druhé hodině ranní zvracím každých třicet minut. Jsem totálně vyčerpán, že si ani na ulasit kinedrůj u batohu neuzpomenu. Lodní hlídka mi oficiálně skončila ve čtyři hodiny ráno, já však pokračuji až do šesti. V kajutě nemohu usnout. Žaludek mám v totálním varu. Už ani nestíhám odbit na polubu a mířím rovnou k záchodové mise. Kduž se převracím po sedmé, nevím, zda si mám na misu sednout, nebo do ní strčit hlavu.“



UVSKÉ TATRY Astronomická observatoř na Skalnatém plesu je téměř povinnou zastávkou na Tatranské magistrále.

SVATOJAKUBSKÁ CESTA

Křesťané z celé Evropy
Španělsko

Zatímco všechny popsané trekky podnikají cestovatelé za turistickým účelem, Svatojakubskou pouť vzdávají katolíci čest svatému Jakubovi, potažmo i Bohu. Cesta poutníků ke hrobu svatého Jakuba v Santiagu de Compostela vede návštěvníky do centra španělské Galicie, kde se nachází třetí nejvyšší místo křesťanství hned po Jeruzalému a Řím.

Ubytování: Podél hlavního trasy jsou rozestřeny církevní, obecní i soukromé ubytovny se sprchou, postelí a snídaň.
Obtížnost: Pěší turistika
Delka: 740 km (existuje mnoho různých variant)
Doprava: V Evropě nejsou s doprovodem potíže. Pout lze začít kdekoliv.

www.santiago.xf.cz

TATRANSKÁ MAGISTRALA

Nejmenší velehoru světa
Slovensko

Po úbočí Vysokých Tater se láhne vyhlídková a pohodlná trasa nazvaná Tatranská magistrála. Začíná na západě v Podbanském, prochází se pod Lomnickým štítem a oficiálně končí u Bílého plesa. Většina turistů si výlet protáhne přes Kopské sedlo až do Tatranské Javoriny pod horami. Tatranská magistrála se samozřejmě nemůže rovnat světovým trekům, ale zařadit jsmě ji mezi túry, které stojí za pozornosti, protože jsou „malé, ale naše“.

Ubytování: Horské chaty
Obtížnost: Horská turistika. Trasa vede po pohodlných kamenných chodnících, místy je prudké stoupání či klesání.
Delka: 2-3 dny, 52 km
Doprava: Vlakem nebo autobusem do Popradu a dále autobusem do Podbanského
www.tatry.cz

... největších stavebních firem už staví na nás. Přidejte se i vy.

.....T-Mobile.....

Tipy pro váš volný čas

+ TV program

+ speciál Dovolená

10 tipů na vodní parky,
které mají něco navíc

(X)8091

10

**NEJKRÁSNĚJŠÍCH
TÚR V HORÁCH**